

УДК 378.17

DOI: 10.34670/AR.2026.39.58.008

Развитие здоровьесберегающего самосознания студентов педагогических вузов в процессе профессионального становления

Паничкина Марина Васильевна

Кандидат экономических наук, доцент,
Доцент кафедры биолого-географического образования
и здоровьесберегающих дисциплин,
Таганрогский институт им. А.П. Чехова (филиал),
Ростовский государственный экономический университет,
347936, Российская Федерация, Таганрог, ул. Инициативная, 50;
e-mail: panichkina@inbox.ru

Подберезный Владимир Васильевич

Доктор ветеринарных наук, профессор,
Заведующий кафедрой биолого-географического образования
и здоровьесберегающих дисциплин,
Таганрогский институт им. А.П. Чехова (филиал),
Ростовский государственный экономический университет,
347936, Российская Федерация, Таганрог, ул. Инициативная, 50;
e-mail: podberes@mail.ru

Аннотация

Проблема профессионально-личностного становления студентов педагогических специальностей приобретает особую актуальность в условиях реализации компетентностного подхода к подготовке педагогических кадров, определяющего комплекс атрибутов профессионального профиля современного педагога, среди которых готовность к здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей деятельности, обеспечивающей охрану жизни и здоровья обучающихся, одна из важнейших. Кроме того, профессиональная работоспособность и эффективность педагогической деятельности, связанной с высокой интенсивностью темпа работы, напряженностью психических и физических возможностей, зависит, в том числе, от уровня сформированности навыков повышения адаптационных резервов организма, стрессоустойчивости, восстановления внутренних ресурсов, опирающихся на знания основ здоровья и здорового образа жизни. Следовательно, в процессе профессионального становления будущих педагогов, необходимо создать условия для развития здоровьесберегающего самосознания, под которым в работе понимается интегративное качество личности будущего педагога, проявляющееся в глубоком осознании ценностных установок в области здоровьесбережения и своей социальной миссии, потребности в постоянном совершенствовании здоровьесберегающей компетентности, обеспечивающей способность и готовность к организации здоровьесберегающей среды как в личностном, так и в профессиональном плане. Представленное в статье исследование позволило предложить авторскую трактовку ключевых понятий «здоровьесберегающее самосознание»,

«актуализация потребности в здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей деятельности» и «здоровьесберегающая компетентность студента педагогического вуза»; изучить содержательную сущность, определить структуру, этапы и условия процесса развития здоровьесберегающего самосознания через осознание потребности в личностном и профессиональном росте и преобразования этой потребности за счет совершенствования компетенций здоровьесбережения, в здоровьесберегающую и здоровьеразвивающую деятельность.

Для цитирования в научных исследованиях

Паничкина М.А., Подберезный В.В. Развитие здоровьесберегающего самосознания студентов педагогических вузов в процессе профессионального становления // Педагогический журнал. 2026. Т. 16. № 1А. С. 67-77. DOI: 10.34670/AR.2026.39.58.008

Ключевые слова

Здоровьесберегающее самосознание, актуализация потребности, здоровьесберегающая деятельность, здоровьеразвивающая деятельность, профессиональное становление педагога, здоровьесберегающая компетентность, здоровьесберегающая деятельность педагога, здоровьесберегающее поведение, здоровьесберегающее сопровождение образовательного процесса, педагогическое образование, студенческий контингент, педагогический вуз, компоненты здоровьесберегающей компетентности.

Введение

В качестве одного из значимых ориентиров трансформации педагогического образования в современных условиях, рассматривается здоровьесберегающая направленность педагогической деятельности, обеспечивающая соответствие образовательных нагрузок регулятивно-поведенческим особенностям и функциональным возможностям обучающихся, с учетом возрастной периодизации. Запрос общества на сохранение и укрепление физического, психического и духовно-нравственного здоровья подрастающего поколения, как социальной группы, формирующей экономическую и социально-демографическую перспективу государства, обусловлен сохранением негативных тенденций в состоянии здоровья молодежи, распространением в молодежной среде здоровьеразрушающих форм поведения, сопряженных с низкой престижностью здоровья и недостаточным осознанием его ценности.

В этих условиях особую роль приобретает готовность и способность педагога, являющегося для подрастающего поколения транслятором знаний и ценностных установок, квалифицированно осуществлять деятельность, направленную на формирование осознанного здоровьесберегающего поведения, профилактику донозологических отклонений в состоянии соматического и психического здоровья обучающихся, и своевременную их коррекцию.

В связи с тем, что эффективность психолого-педагогического и здоровьесберегающего сопровождения образовательного процесса находится в прямой зависимости от подготовленности педагогов к подобной деятельности и осознания ими собственной позиции, становление будущего педагога зависит от условий для актуализации его потребности в саморазвитии, в том числе за счет совершенствования здоровьесберегающей компетенции, как в личностном, так и в профессиональном плане.

Изученность проблемы

В соответствии с компетентностным подходом, готовность будущего педагога к профессиональной деятельности определяется уровнем сформированности у него ряда характеристик, существенных личностных и профессиональных качеств, соответствующих педагогической деятельности. В их число входит здоровьесберегающая компетентность, как интегративное профессионально-личностное качество, обеспечивающее готовность к деятельности по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни и охране здоровья субъектов образовательного процесса [Антонова, 2019; Декина, Куликова, 2020 и др.].

Следует признать, что традиционно компетенции здоровьесбережения в вузах рассматривались в качестве компонента физической подготовки, поэтому подготовка студентов педагогических вузов к сохранению и поддержанию здоровья обучающихся длительное время решалась в контексте проблем физической культуры [Абрамова, 2024; Кузнецов, Мамакина, 2020]. Однако, в современных психолого-педагогических исследованиях здоровьесберегающая компетентность рассматривается в качестве существенной составляющей профессиональной подготовки и компетентности будущих педагогов, независимо от направления подготовки или специальности. Более того, значительное число исследователей считает целесообразным ввести в основные образовательные программы любого типа вуза дисциплины, способствующие формированию здоровьесберегающей компетентности студентов. [Бермус, 2023; Ванштейн, 2020; Паничкина, Подберезный, 2024].

С целью формирования и развития здоровьесберегающей компетентности, в отечественных и зарубежных исследованиях рассматриваются вопросы укрепления физического, психического и социального здоровья личности в образовательной среде вуза [Абрамова, 2024; Ванштейн, 2020 и др.], анализируются имеющиеся проблемы обеспечения здоровьесбережения студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ [Подберезный, 2024], виды здоровьесберегающих технологий, применяющихся в учебном процессе [Кузнецов, Мамакина, 2020; Мелешкова, Вальков и др., 2022].

Эффективность подготовки педагогов к здоровьесберегающей деятельности, как важнейшей задачи, исходящей из национальных целей в области сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения, анализируется в работах [Ванштейн, 2020; Грязнова, Треушников и др., 2022; Подберезный, Паничкина, Зарубина, 2022].

В некоторых современных исследованиях решение проблем подготовки педагогов к здоровьесберегающей деятельности, видится в перманентном развитии междисциплинарного направления, ориентированного на понимание и преодоление проблем экологизации образовательного пространства, гармоничного взаимодействия человека и окружающей среды, формирования ценностного отношения и ответственности к своему здоровью и окружающей среде [Подберезный, 2023; Подберезный, 2024; Паничкина 2025].

Формирование и развитие компетенций здоровьесбережения студентов, осуществляется средствами современной педагогики с учетом ее компонентов, в структуре которых чаще всего выделяются когнитивный, деятельностный, мотивационный, и рефлексивный элементы [Лукашин, 2010; Декина, Куликова, 2020; Кузнецов, Мамакина, 2020].

Основная часть

Анализ проблемы развития здоровьесберегающего самосознания требует категориальной определенности ключевых понятий исследования, для студенческого контингента

педагогических вузов.

Так, под здоровьесберегающим самосознанием в работе понимается интегративное качество личности будущего педагога, проявляющееся в глубоком осознании ценностных установок в области здоровьесбережения и своей социальной миссии, потребности в постоянном совершенствовании здоровьесберегающей компетентности, обеспечивающей способность и готовность к организации здоровьесберегающей среды как в личностном, так и в профессиональном плане.

Исходя из общего понимания здоровьесбережения большинства авторов проанализированных публикаций, как комплексного понятия, касающегося здоровья всех участников образовательного процесса, и, учитывая многокомпонентную структуру здоровьесберегающей компетентности, под здоровьесберегающей компетентностью студента педагогического вуза, как профессионально значимого свойства, нами понимается интегративная характеристика готовности и способности будущего педагога к здоровьесбережению в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, включающая инвариантные профессиональные здоровьесберегающие знания, умения и навыки здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей деятельности, и ценностно-смысловые ориентации на здоровый образ жизни, позволяющие проводить компетентную педагогическую ориентационно-профилактическую деятельность.

Таким образом, в процессе профессионального становления будущих педагогов, необходимо создавать условия для актуализации потребности в профессиональном осуществлении ими здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей деятельности, сущность которой отражается в этапах:

- осознания противоречия между наличными возможностями и объективной необходимостью в здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей деятельности в контексте условий будущей профессиональной деятельности;
- формирования потребности к совершенствованию собственной здоровьесберегающей компетентности;
- преобразования этой потребности в актуальную здоровьесберегающую деятельность.

Таким образом, актуализация потребности в здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей деятельности будущих педагогов состоит в определении педагогических условий их профессионального становления, в котором осознание противоречия между имеющимися возможностями и объективной необходимостью в здоровьесбережении в контексте условий будущей профессиональной деятельности, сочетается с формированием у них профессионально значимых личностных качеств.

Анализ общих тенденций в области сохранения и укрепления здоровья обучающихся, развитие представлений о здоровьесбережении как результате личностно, профессионально и социально значимой деятельности, проводился на базе Таганрогского педагогического института (ТПИ) и охватывал период с 2021 по 2025 г., что позволяет отнести его к лонгитюдным исследованиям. Эмпирические данные, представленные в статье, были собраны в рамках исследования, в котором приняли участие около 100 студентов, направления подготовки «Педагогическое образование» таких профилей обучения как «Биология и безопасность жизнедеятельности», «Биология и география», «Иностранный язык», «Психология и социальная педагогика», «Экономика и управление организацией», что дало возможность оценить трансформацию становления здоровьесберегающей компетентности студентов различных профилей на начало и конец обучения в вузе. Необходимость выборки 1

и 5 курса определялась тем, что она позволила получить репрезентативный срез ценностных ориентаций и установок студенческой аудитории в динамике, что обусловлено как этапами преобразования потребности будущих педагогов в совершенствовании здоровьесберегающей компетентности в здоровьесберегающую и здоровьеразвивающую деятельность, так и жизненным и профессиональным опытом.

С целью выявления ориентации студентов на здоровый образ жизни, уровня формирования и развития их валеологической культуры, включающей комплекс знаний, умений и навыков, позволяющих будущим педагогам проводить компетентную педагогическую деятельность по здоровьесбережению всех участников образовательного процесса и самооздоровлению, кафедрой биолого-географического образования и здоровьесберегающих дисциплин ТПИ проводится мониторинг сформированности здоровьесберегающей компетентности студентов.

Результаты исследования

Изучение становления здоровьесберегающей компетентности студентов демонстрирует последовательность введения будущих педагогов в деятельность по здоровьесбережению через совокупность взаимосвязанных элементов организации процесса обучения и воспитания, направленных на повышение готовности студентов к здоровьесберегающему аспекту будущей профессиональной деятельности.

На первом, ценностно-ориентационном этапе, проводится исследование ценностных ориентаций студентов. Для выявления ценности здоровья, степени его значимости, был использован стандартизированный опросник, с помощью которого студентами самостоятельно было проведено ранжирование различных жизненных ценностей, в соответствии со степенью значимости в их личной системе приоритетов.

Результаты анкетирования студентов 1-х курсов дали основание для вывода об отношении студентов к такой жизненной категории как здоровье и здоровый образ жизни. Так, в качестве основных жизненных ориентиров студентами 1 курса выбраны материальные и семейные ценности. Ценности здоровья и здоровый образ жизни хотя и присутствовали, но значительно уступали по популярности.

В процессе исследования исходного состояния компетенций здоровьесбережения, было выявлено, что этот этап характеризуется слабым интересом студентов различных профилей подготовки к получению и расширению здоровьесберегающих знаний, низким уровнем актуализации потребности развития компетенций здоровьесбережения и пониманием целесообразности их получения для самосовершенствования и профессионального становления.

Несмотря на то, что субъективно оценивают себя как «здоровые» только 28% юношей и 25% девушек от всех студентов-респондентов 1 курса, лишь 33% от числа опрошенных стараются реализовать принципы здорового образа жизни, сделав их повседневной нормой.

Уровень сформированности компонентов здоровьесберегающей компетентности на этом этапе является низким [Лукашин, 2010].

На следующем этапе раннего профессионального развития и становления здоровьесберегающей компетентности происходит развитие мотивационной и когнитивной ее составляющей, приходит осознание противоречия между наличными возможностями и объективной необходимостью в здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей деятельности в контексте атрибутов профессионального профиля современного педагога.

Формирование интереса к вопросам здоровьесбережения и зарождение самомотивации, как постижение ценности здоровья и необходимости ведения здорового образа в течение всей жизни, осуществляется в рамках дисциплин «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста», и других дисциплин, реализуемых преподавателями кафедры биолого-географического образования и здоровьесберегающих дисциплин ТПИ. Указанные дисциплины закладывают основу знаний о здоровьесбережении, на основании которых, на последующих курсах осуществляется развитие компетенции в рамках психолого-педагогических, общепрофессиональных и спец-дисциплин, и формируется потребность в совершенствовании собственной здоровьесберегающей компетентности.

Следует отметить, что в качестве важнейшего условия эффективности становления здоровьесберегающей компетентности будущих педагогов и преобразования потребности в ее постоянном совершенствовании в актуальную здоровьесберегающую деятельность, нами выделяется соответствие подготовки самих преподавателей, что подразумевает непременно наличие базового биологического образования и ведение научной деятельности по профилю читаемых дисциплин. Становление компетенций здоровьесбережения студентов в ортобиотическом и валеологическом аспектах требует от преподавателя не только высокого уровня фундаментальной подготовки в области естественнонаучного образования, но и способности к метапредметной интеграции знаний естественнонаучных и психолого-педагогических дисциплин, через расширение представлений студентов о морфофизиологических особенностях человеческого организма с учетом возрастных, индивидуально-типологических и иных особенностей, раскрытие общности фундаментальных понятий, законов и методов исследований, роли физических и химических процессов в жизнедеятельности живых организмов, пересмотру содержания учебного материала с учетом новейших достижений науки. Отсутствие необходимой специальной подготовки преподавателей при решении задачи повышения эффективности педагогической ориентации студентов на здоровьесберегающую деятельность, неприемлемо.

Дальнейшее углубление профессиональной направленности содержания дисциплин естественнонаучного цикла, и валеологизация содержания психолого-педагогических дисциплин, способствовали качественным изменениям в мотивационной и когнитивной сфере студентов, росту познавательной активности в области здоровьесбережения, формированию потребности вести здоровый и активный образ жизни для самосовершенствования и самореализации. Решению данной задачи способствовало включение в практические работы моделирующих ситуаций, предельно приближенных к реальным, что обеспечивало накопление студентами валеологического опыта и готовности к проявлению здоровьесберегающей компетентности.

Прохождение различных видов практик содействовало отработке полученных практически умений и приобретению первичного опыта здоровьесбережения в условиях, имитирующих будущую профессиональную деятельность.

Разнообразная внеаудиторная работа, ориентированная на становление здоровьесберегающего самосознания, развитие установок здорового образа жизни, в виде проблемных семинаров, психофизических тренингов, деловых игр, с применением метода проектов, мозгового штурма, кейс-метода, и др., представляет значительный резерв для совершенствования и дальнейшего развития компонентов здоровьесберегающей компетентности будущих педагогов.

Степень сформированности компонентов здоровьесберегающей компетентности на этом этапе соответствует процессуальному уровню (по Лукашину) [Лукашин, 2010].

Третий, практико-деятельностный этап становления здоровьесберегающей компетентности, соответствует 4-5 курсу обучения, и характеризуется развитием междисциплинарных валеологических знаний, наличием комплекса умений и опыта их применения, позволяющих самостоятельно решать возникающие задачи по сохранению и укреплению собственного здоровья и здоровья всех участников образовательного процесса, и их включению во все виды осуществляемой педагогической деятельности. Реализацией системно-деятельностного подхода обеспечивается целостность теоретической и практической здоровьесберегающей деятельности в аудиторной, внеаудиторной и внеучебной работе студентов.

Самостоятельная разработка индивидуальных программ оздоровления, ежедневный контроль собственной двигательной активности, водного режима, составление комплексов упражнений для улучшения мозгового кровообращения, для снятия утомления, профилактики нарушения осанки, зрения, для снятия симптомов, вызванных гипокинезией на уроках и др., выполняемые на практических занятиях, а также привлечение студентов к работе конференций, семинаров-митапов, и участие в других мероприятиях здоровьесберегающей направленности, содействовали овладению средствами и технологиями здоровьесбережения.

Подготовка и проведение студентами-волонтерами образовательных интенсивов «Профилактика психоэмоционального переутомления», «Технологии здоровьесберегающей речевой деятельности педагога», способствовали снижению у студентов негативных проявлений эмоционально-волевой и поведенческой сфер во время экзаменационных сессий, а знания технологий управления голосом при длительной речевой деятельности, необходимо для решения вопросов, связанных с формированием навыков здоровьесберегающего голосового поведения будущих педагогов.

С целью определения уровня сформированности здоровьесберегающей компетентности, студентам 5 курса была предложена анкета, вопросы которой отражают мотивационный, когнитивный и деятельностный ее компоненты.

Так, степень сформированности мотивационного компонента устанавливалась по развитию мотивации к здоровьесбережению и актуализации потребности в нем, по ответам на вопросы о системе норм и требований к ЗОЖ, мотивах физического саморазвития, самореализации, достижения успеха в будущей профессиональной деятельности и др.

Анализ результатов диагностики ценностных ориентаций студентов 5-х курсов, позволил сделать вывод о сформированности у респондентов убеждений в приоритетной ценности здоровья и здорового образа жизни в ряду человеческих ценностей, что обусловлено как этапами взросления и становления здоровьесберегающей компетентности студентов в образовательной среде вуза, так и жизненным и профессиональным опытом.

Сформированность когнитивного компонента определялась по ответам на вопросы, направленные на выявление знаний студентов о возрастных особенностях и работоспособности обучающихся школьного возраста, предупреждения их переутомления, принципах организации здоровьесберегающего образовательного процесса, наиболее эффективных методах оздоровительной деятельности, функциях здоровьесберегающих технологий в профилактике донологических отклонений в состоянии соматического и психического здоровья обучающихся, и своевременной их коррекции.

Уровень сформированности деятельностного компонента устанавливался по наличию у студентов умений и опыта внедрения в собственную практическую деятельность: умений

анализировать педагогическую ситуацию; умений мобилизации волевых ресурсов по устранению негативных норм поведения обучающихся; умений находить контакт с воспитанниками; наблюдать за состоянием их соматического и психического здоровья, умений проводить оценку физического развития (анализ антропометрических данных: пульс, артериальное давление, частота дыхательных движений и др.); владение основами профилактики профессиональной деформации и синдрома эмоционального выгорания и др.

Степень сформированности компонентов здоровьесберегающей компетентности на этом этапе соответствует рефлексивному уровню [Лукашин, 2010].

Выявленные в ходе исследования взаимосвязи позволили сделать вывод об общих тенденциях в области сохранения и укрепления здоровья в студенческой среде, а также об изменениях представлений о здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей деятельности в процессе становления профессиональной компетентности студентов. Полученные результаты позволили внести соответствующие коррективы в рабочие программы дисциплин естественнонаучного цикла и психолого-педагогических дисциплин, педагогической и научно-исследовательских практик, научно-исследовательской работы студентов вуза.

Таким образом, практико-деятельностный этап профессионального становления будущих педагогов обеспечивает преобразование потребности в личностном и профессиональном росте и развитии компетенций здоровьесбережения, в актуальную здоровьесберегающую деятельность.

Заключение

Процесс актуализации потребности в здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей деятельности будущих педагогов сопряжен со становлением здоровьесберегающей компетентности студентов. Представленное исследование позволяет раскрыть ключевые тенденции ценностных ориентаций студентов педагогического вуза в части отношения к здоровью и здоровому образу жизни, а также их трансформацию средствами современной педагогики, что сопровождается формированием профессионально и личностно значимых качеств студентов, и проявляется в дальнейшем совершенствовании здоровьесберегающего самосознания будущих педагогов, осмысления ими накопленного багажа практических знаний и умений здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей профессиональной педагогической деятельности, анализе и коррекции собственных действий с позиций здорового образа жизни.

Библиография

1. Абрамова В.Ю. Аспекты методической подготовки бакалавров педагогического образования к воспитательной работе в области безопасности жизнедеятельности // Мир науки, культуры, образования. 2024. № 6 (109). С. 8–12. DOI: 10.24412/1991-5497-2024-6109-8-12.
2. Антонова Э. Р. Методологические подходы и условия создания здоровьесберегающей среды в педагогическом колледже // Вестник ЮУрГПУ. 2019. №6. С. 7-17. DOI: 10.25588/CSPU.2020.74.27.001.
3. Бермус, А. Г. Проблемы и перспективы исследований здоровьесбережения в образовательной среде вуза: теоретический обзор / А. Г. Бермус // Педагогика. Вопросы теории и практики. 2023. Т. 8, № 1. С. 1-12. DOI 10.30853/ped20220221.
4. Ванштейн Л. Ю. Психолого-педагогический потенциал педагогов к реализации здоровьесберегающей работы в ДОУ // Казанский педагогический журнал. 2020. № 1 (138). С. 205-209. DOI: 10.34772/KPJ.2020.138.1.031.
5. Грязнова Е. В., Треушников И. А., Треушников А. И., Роганова Г. Н. Здоровьесбережение как предмет исследования педагогических наук: к вопросу об актуальных аспектах исследования // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2020. Т. 9. № 2(31). С. 282-285. DOI: 10.26140/anip-2020-0902-0065.
6. Декина Е. В., Куликова Т. И. Модель формирования готовности студентов педагогического вуза к сохранению и

- укреплению здоровья // Вестник Московского государственного областного университета. Серия «Психологические науки». 2020. № 2. С. 101–112. DOI: 10.18384/2310-7235-2020-2-101-112.
7. Кузнецов А. В., Мамакина И. А. Формирование здоровьесберегающей компетентности как методологическая стратегия прикладной физической подготовки в вузе // Экономические и гуманитарные исследования регионов. 2020. № 6.
 8. Лукашин Ю.В. Формирование здоровьесберегающей компетенции у студентов педагогического вуза: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Пенза, 2010.26с.
 9. Мелешкова Н. А., Вальков В. Б., Мамаев Е. В., Суханов Е. Л. Реализация здоровьесберегающих технологий в условиях цифровизации высшего образования // Ученые записки Университета им. П. Ф. Лесгафта. 2022. №9 С. 211-223. DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2022.9. p291-294.
 10. Паничкина М.В., Подберезный В.В. Влияние совместной исследовательской деятельности на эффективность профессиональной подготовки студентов педагогических вузов // Современные проблемы науки и образования. - 2024. - № 2. DOI: 10.17513/spno.33344.
 11. Паничкина М.В., Подберезный В.В. Трансформация механизмов взаимодействия образовательных пространств: экосистемный подход // Современные проблемы науки и образования. - 2025. - № 2. DOI: 10.17513/spno.34032.
 12. Подберезный, В. В. Современные проблемы экологии и экологический подход в образовании / В. В. Подберезный, М. Р. Арпентьева, М. В. Паничкина. Ульяновск: ИП Кеньшенская Виктория Валерьевна (издательство "Зебра"), 2024. 606 с. ISBN 978-1-4457-6382-8. EDN BFCA YL.
 13. Подберезный, В. В. Экологический подход в образовании: проблемы и ракурсы исследования: Научная монография / В.В. Подберезный, М.Р. Арпентьева, М.В. Паничкина. Калуга: Индивидуальный предприниматель Стрельцов Илья Анатольевич, 2023. 100 с. ISBN 978-5-907678-08-8. EDN PVSJED
 14. Подберезный В.В., Паничкина М.В., Зарубина Р.В. Роль образовательных экосистем в развитии территории их локализации // Современные проблемы науки и образования. 2022. № 5. DOI. 10.17513/spno.32017.

Development of Health-Saving Self-Awareness in Pedagogical University Students During Professional Formation

Marina V. Panichkina

PhD in Economics, Associate Professor,
Associate Professor of the Department
of Biological and Geographical Education and Health-Saving Disciplines,
Taganrog Institute named after A.P. Chekhov (branch),
Rostov State University of Economics,
347936, 50, Initsiativnaya str., Taganrog, Russian Federation;
e-mail: panichkina@inbox.ru

Vladimir V. Podberезnyi

Doctor of Veterinary Sciences, Professor,
Head of the Department of Biological and Geographical Education and Health-Saving Disciplines,
Taganrog Institute named after A.P. Chekhov (branch),
Rostov State University of Economics,
347936, 50, Initsiativnaya str., Taganrog, Russian Federation;
e-mail: podberes@mail.ru

Abstract

The problem of professional and personal formation of students in pedagogical specialties acquires particular relevance in the context of implementing the competency-based approach to

teacher training, which defines the set of attributes of the professional profile of a modern teacher. Among these, readiness for health-saving and health-developing activities that ensure the protection of students' life and health is one of the most important. Furthermore, professional performance and the effectiveness of pedagogical activity, associated with a high intensity of work pace and the strain on mental and physical capabilities, depend, among other factors, on the level of development of skills in increasing the body's adaptive reserves, stress resistance, and restoring internal resources, based on knowledge of the fundamentals of health and a healthy lifestyle. Consequently, in the process of professional formation of future teachers, it is necessary to create conditions for the development of health-saving self-awareness, which in this work is understood as an integrative quality of the future teacher's personality, manifested in a deep awareness of value orientations in the field of health preservation and their social mission, the need for continuous improvement of health-saving competence, ensuring the ability and readiness to organize a health-saving environment both personally and professionally. The research presented in the article made it possible to propose the author's interpretation of key concepts: "health-saving self-awareness," "actualization of the need for health-saving and health-developing activities," and "health-saving competence of a pedagogical university student"; to study the substantive essence, determine the structure, stages, and conditions of the process of developing health-saving self-awareness through the awareness of the need for personal and professional growth and the transformation of this need into health-saving and health-developing activities through the improvement of health-saving competencies.

For citation

Panichkina M.V., Podbereznyi V.V. (2026) Razvitiye zdorov'yesberegayushche go samosoznaniya studentov pedagogicheskikh vuzov v protsesse professional'nogo stanovleniya [Development of Health-Saving Self-Awareness in Pedagogical University Students During Professional Formation]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 16 (1A), pp. 67-77. DOI: 10.34670/AR.2026.39.58.008

Keywords

Health-saving self-awareness, actualization of needs, health-saving activity, health-developing activity, professional formation of a teacher, health-saving competence, teacher's health-saving activity, health-saving behavior, health-saving support of the educational process, pedagogical education, student contingent, pedagogical university, components of health-saving competence.

References

1. Абрамова В.Ю. Аспекты методической подготовки бакалавров педагогического образования к воспитательной работе в области безопасности жизнедеятельности // Мир науки, культуры, образования. 2024. № 6 (109). С. 8–12. DOI: 10.24412/1991-5497-2024-6109-8-12.
2. Антонова Э. Р. Методологические подходы и условия создания здоровьесберегающей среды в педагогическом колледже // Вестник ЮУрГГПУ. 2019. №6. С. 7-17. DOI: 10.25588/CSPU.2020.74.27.001.
3. Бермус, А. Г. Проблемы и перспективы исследований здоровьесбережения в образовательной среде вуза: теоретический обзор / А. Г. Бермус // Педагогика. Вопросы теории и практики. 2023. Т. 8, № 1. С. 1-12. DOI 10.30853/ped20220221.
4. Ванштейн Л. Ю. Психолого-педагогический потенциал педагогов к реализации здоровьесберегающей работы в ДОУ // Казанский педагогический журнал. 2020. № 1 (138). С. 205-209. DOI: 10.34772/KPJ.2020.138.1.031.
5. Грязнова Е. В., Треушников И. А., Треушников А. И., Роганова Г. Н. Здоровьесбережение как предмет исследования педагогических наук: к вопросу об актуальных аспектах исследования // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2020. Т. 9. № 2(31). С. 282-285. DOI: 10.26140/anip-2020-0902-0065.

6. Декина Е. В., Куликова Т. И. Модель формирования готовности студентов педагогического вуза к сохранению и укреплению здоровья // Вестник Московского государственного областного университета. Серия «Психологические науки». 2020. № 2. С. 101–112. DOI: 10.18384/2310-7235-2020-2-101-112.
7. Кузнецов А. В., Мамакина И. А. Формирование здоровьесберегающей компетентности как методологическая стратегия прикладной физической подготовки в вузе // Экономические и гуманитарные исследования регионов. 2020. № 6.
8. Лукашин Ю.В. Формирование здоровьесберегающей компетенции у студентов педагогического вуза: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Пенза, 2010.26с.
9. Мелешкова Н. А., Вальков В. Б., Мамаев Е. В., Суханов Е. Л. Реализация здоровьесберегающих технологий в условиях цифровизации высшего образования // Ученые записки Университета им. П. Ф. Лесгафта. 2022. №9 С. 211-223. DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2022.9. p291-294.
10. Паничкина М.В., Подберезный В.В. Влияние совместной исследовательской деятельности на эффективность профессиональной подготовки студентов педагогических вузов // Современные проблемы науки и образования. - 2024. - № 2. DOI: 10.17513/spno.33344.
11. Паничкина М.В., Подберезный В.В. Трансформация механизмов взаимодействия образовательных пространств: экосистемный подход // Современные проблемы науки и образования. - 2025. - № 2. DOI: 10.17513/spno.34032.
12. Подберезный, В. В. Современные проблемы экологии и экологический подход в образовании / В. В. Подберезный, М. Р. Арпентьева, М. В. Паничкина. Ульяновск: ИП Кеньшенская Виктория Валерьевна (издательство "Зебра"), 2024. 606 с. ISBN 978-1-4457-6382-8. EDN BFCA YL.
13. Подберезный, В. В. Экологический подход в образовании: проблемы и ракурсы исследования: Научная монография / В.В. Подберезный, М.Р. Арпентьева, М.В. Паничкина. Калуга: Индивидуальный предприниматель Стрельцов Илья Анатольевич, 2023. 100 с. ISBN 978-5-907678-08-8. EDN PVSJED
14. Подберезный В.В., Паничкина М.В., Зарубина Р.В. Роль образовательных экосистем в развитии территории их локализации // Современные проблемы науки и образования. 2022. № 5. DOI. 10.17513/spno.32017.